PROGRAMME DES CONFÉRENCES

LA CITE DU BIEN-ETRE – Les 20 & 21 septembre 2014

Samedi 20 septembre 2014

À l'accueil de La Cité de l'Habitat

De 10 à 11 heures

Comment associer Lithothérapie et Magnétisme ?

En quoi la Lithothérapie – avec l'utilisation des pierres et des cristaux – peut nous être utile lors d'un travail énergétique de type magnétisme ? Nous verrons ensemble comment l'énergie minérale est un soutien dans le cadre d'un travail énergétique, tant pour soi... que pour les autres.

Thomas GÉHIN - Lithothérapeute – Magnétiseur – Lithoponcteur

De 11 à 12 heures

Apprendre à apprendre : Des techniques simples et concrètes pour des cerveaux compliqués !

Cette conférence vous est destinée, à vous qui avez au-dessus des épaules "l'ordinateur" le plus évolué et le plus puissant qui soit, mais qui avez malgré tout besoin d'un papier pour vous souvenir de vos courses, ou qui peinez à apprendre et à mémoriser... Que vous soyez lycéen, étudiant, en activité ou retraité, votre cerveau fonctionne de la même manière. Par contre, vous n'avez pas forcément reçu le "mode d'emploi" de cet outil formidable. Je vous présenterai le fonctionnement de l'apprentissage, la mécanique des émotions (qui sont un élément fondamental dans l'apprentissage) ainsi que le fait qu'il existe des techniques simples et éprouvées pour mémoriser, apprendre, gérer le stress et les émotions.

Découvrez-vous aussi ces techniques que j'enseigne notamment dans de grandes écoles de management et auprès d'entreprises, dans 6 pays.

Michel WOZNIAK - **Expert en stratégies mentales et en gestion du stress et des émotions, coach professionnel.**

De 12 à 13 heures

Pourquoi et comment connaître le bien-être, le mieux-être et l'équilibre intérieur ? Pourquoi ?

Pour la qualité de communication, relationnelle, physique, morale, mentale, émotionnelle, pour des questions d'économie familiale, d'objectifs de vie personnelle et d'à venir Citoyen…

MENTAL ONE – Jahrod UNYK – Coach en relooking mental

De 13 à 14 heures

Découverte de l'Aurathérapie

Vous découvrirez ce qu'est l'aura et les différentes perturbations auriques que nous pouvons rencontrer. Vous serez éclairés sur les chakras et leurs relations avec le corps physique. Enfin, vous ferez connaissance avec l'Aurathérapie : son application, ses bienfaits ainsi que le déroulement d'une séance.

Aurélie LUMEAU - Energéticienne

De 14 à 15 heures

Comment redevenir le capitaine de sa vie ?

Ne vous êtes-vous jamais sentis ballotés par les évènements du quotidien sans pouvoir avoir d'emprise sur ce qui vous arrive ? Ou peut-être encore tiraillés par des émotions dévoreuses d'énergies telles que la peur, la rancune, la culpabilité, l'anxiété, la jalousie, etc. Venez découvrir une méthode simple que vous pourrez utiliser vous-même pour vous libérer de ces sentiments énergivores !

Angélique MACNAR - Sophro-relaxation – Energétique – Relation d'aide

De 15 à 16 heures

Nous avons toutes les capacités pour gérer notre stress.

L'association des sophrologues caycédiens d'Alsace (ASCAYA) vous présente les bienfaits de la sophrologie caycédienne et vous invite à découvrir des outils simples pour retrouver un sentiment d'harmonie dans votre quotidien et développer vos capacités personnelles de gestion du stress.

ASSOCIATION DES SOPHROLOGUES CAYCEDIENS D'ALSACE
Helen CHEAL – Présidente

De 16 à 17 heures

Feng Shui du Temps Présent

Harmoniser votre habitation privée ou professionnelle pour en faire un lieu de bien-être où l'on a plaisir à se retrouver, à créer, à communiquer, à entreprendre, à se ressourcer…

Corine STUTZMANN – Consultante et formatrice internationale agréée Feng Shui du Temps Présent.

De 17 à 18 heures

La microcirculation, lieu de tous les échanges vitaux !

Comment l'optimiser ?

Comment protéger sa santé et soutenir sa guérison ? Détoxe, revitalisation, régénération…La naturopathie propose des solutions adaptées à votre cas.

Claire NUSSBAUMER - **Naturopathe vitaliste et coach de vie - Conseillère en thérapie Bemer et Bol d'air Jaquier**